IZPP^Φ INTERNATIONALE ZEITSCHRIFT FÜR PHILOSOPHIE UND PSYCHOSOMATIK
Erstes offenes E-Journal für fächerübergreifende Theoriebildung in Philosophie und Psychosomatik sowie ihren Grenzgebieten
Herausgeber: Wolfgang Eirund und Joachim Heil
ISSN: 1869-6880

Buchbesprechung: „Dark Way. Die Geschichte eines Suizids."
Von Pam Metzeler und Anna Castronovo

Wolfgang Eirund

In gewisser Hinsicht kann das Buch durchaus als ein Buch zum diesmaligen Schwerpunktthema der IZPP verstanden werden. Ich habe „Dark Way" als Herausgeber der IZPP von der Erstautorin zugeschickt bekommen mit der Anfrage, ob ich es besprechen würde. Nachdem ich es gelesen hatte, habe ich auch umgehend zugestimmt. Beim Schreiben dieser Rezension jedoch musste ich feststellen, wie schwer es mir fällt, über dieses Buch zu schreiben. Eine Rezension soll ja eine „Kritik" des Buches wagen – was gerade in diesem Fall aber nicht so einfach ist: Denn als Psychotherapeut und auch als Vater bezweifele ich, dass es mir überhaupt zusteht, die authentischen Darstellungen einer vom Suizid ihres Sohnes betroffenen Mutter „kritisch" zu rezensieren. Und doch – meine ich – lohnt es, sich diesem Buch zu widmen – dann eben mit der gebotenen Vorsicht.

Pam Metzeler ist die Mutter eines Sohnes, der sich mit 17 Jahren das Leben genommen hat. Das Buch hat sie mit der Unterstützung der erfahreneren Zweitautorin Anna Castronovo geschrieben. Es ist aus der Ich-Perspektive geschrieben und beginnt direkt mit dem Ereignis bzw. mit jenem Vormittag, an dem sich im Dorf „jemand vor den Zug gelegt" hat: „Sie sagen, es war Dein Timo."

Das Buch bringt dem Leser auf nur 140 Seiten in schonungsloser Offenheit das Thema Suizid aus der Perspektive der betroffenen Mutter nahe. Eine kritische Bewertung etwa des Stils oder der literarischen Form verbietet sich schon nach den ersten Zeilen: Es geht um ein zu konkretes Ereignis, das aus einer zu konkreten Perspektive heraus berichtet wird. Die Autorin spricht zu uns als Mutter, nicht als Schriftstellerin. Also geht es zunächst um den erzählten Inhalt – „die Geschichte eines Suizids", wie es im Untertitel heißt.

Aus einer fachlichen Sicht als Psychiater und Psychotherapeut findet man in dem Buch einige bekannte „Risikofaktoren": Suizide stehen im Jugendalter in den meisten westlichen Ländern an der zweiten oder dritten Stelle der Todesursachenstatistik.[1] Männliche Jugendliche aus Scheidungsfamilien scheinen ein erhöhtes Risiko für Suizidalität zu haben – offenbar noch bis in das Erwachsenenalter hinein.[2] Meist werden Suizide vorher angekündigt – oder es gab schon Suizidversuche. Darüber hinaus gelten Kränkungssituationen, soziale Isolationserlebnisse, übermäßiger Suchtmittelkonsum und Depressionen als Risikofaktoren für einen Suizid.[3] Vor diesem Hintergrund kann das Buch also auch als ein Plädoyer gelesen werden, bekannte Risiken bewusster wahrzunehmen: „… Ich hatte keine Ahnung, dass dies alles Anzeichen für eine Depression sein können. (…) Ich weiß jetzt auch, dass fünfzehn Prozent aller Menschen, die unter Depressionen neigen, sich das Leben nehmen. Aber jetzt ist es zu spät", notiert die Mutter.

Dass allerdings die in den Fachbüchern objektivierten Risikofaktoren gerade im familiären Alltag mit Jugendlichen und Heranwachsenden doch wieder sehr relativ sind, wird in diesem Buch auch zu Recht deutlich. Im Zentrum der Erzählung aber stehen nicht so sehr die Risikofaktoren oder der gestorbene Sohn selber, sondern vor allem die Mutter als Betroffene Ich-Erzählerin – und eben das macht das Buch auch so eindringlich.

Ihr Erleben, ihre Gefühle und Gedanken werden in teilweise knappen aber prägnanten Worten überaus bewegend geschildert. Dabei finden Details aus ihrer eigenen Lebensgeschichte, aber auch aus der des Bruders oder des leiblichen Vaters, Erwähnung. Das berührt einen als Leser, ruft aber auch die Frage auf, wie es diesen Menschen mit ihrer doch sehr persönlichen Erwähnung im Buch wohl gehen mag, da sie auch vor einigen Schattenseiten keinen Halt macht. Als Leser weiß ich allerdings nicht, ob die Betroffenen in das Buchprojekt vielleicht mit einbezogen wurden oder einzelne Facetten in diesem Sinne abgeändert wurden. Auf der anderen Seite lassen gerade diese Darstellungen die Geschichte offen, persönlich und authentisch wirken, weil damit der Schmerz der Mutter in ihrem eigenen sozialen und seelischen Kontext nachempfunden wird.

Aus fachlicher Sicht muss aber in einer Rezension auch der Frage nachgegangen werden, inwiefern die Veröffentlichung zu einem Suizid kritisch zu sehen ist. Berücksichtigt man den Pressekodex des Deutschen Presserates, so gebietet „die Berichterstattung über Selbsttötung Zurückhaltung. Dies gilt insbesondere für die Nennung von Namen, die Veröffentlichung von Fotos und die Schilderung näherer Begleitumstände.“[4] Diese Empfehlung folgt den Untersuchungen zum sogenannten Werther-Effekt, nach dem eine bestimmte mediale Darstellungsform zu Nachahmung anrege.[5] Verschiedene Untersuchungen haben diese Annahme bestätigt – insbesondere bei Berichterstattungen über die Suizide prominenter Persönlichkeiten.

Allerdings handelt es sich bei dem Buch ja nicht um einen journalistischen oder Online-Beitrag. Man begegnet ihm nicht „beiläufig“ oder zufällig, sondern muss es erwerben. Darüber hinaus aber gibt es auch Hinweise auf die Möglichkeit präventiver Effekte solcher Veröffentlichungen. So wird etwa im Nationalen Suizid-Präventions-Programm eine Berichterstattung dann als eher präventiv bezeichnet, wenn darin auf vorbestehende psychische Probleme der Betroffenen verwiesen wird, Möglichkeiten der Hilfe aufgezeigt werden, Warnsignale und Risikofaktoren benannt werden und eine einfühlsames Eingehen auf die Angehörigen und ihre Trauer im Vordergrund stehen[6]: Alle genannten Aspekte finden schon im Verlauf der Erzählung eingehende Würdigung. Im Anhang werden schließlich nochmals explizit Hilfsangebote, Warnsignale und Risikofaktoren aufgelistet. So dürfte eher davon auszugehen sein, dass das Buch dem eigentlichen Ansinnen der Autorinnen gerecht wird: „Wenn mein Buch nur einen einzigen Menschen davon abhält, sich das Leben zu nehmen, war es die Mühe wert.“

Besonders wird man als „Fachmann“ oder „Fachfrau“ wohl bei den Darstellungen therapeutischer Kontakte ins Nachdenken kommen und sich nochmals neu die Frage stellen müssen, wie wir mit suizidgefährdeten Menschen umgehen, aber auch wie wir auf den Schmerz der Angehörigen therapeutisch und menschlich reagieren. Die Mutter nimmt sich einen Therapeuten. Der aber „sagt nichts. Gar nichts. (…) Er hört nur zu. Schweigt. Irgendwann bitte ich ihn für bestimmte Situationen konkret um Rat, doch er sagt, er sei nicht dazu da, um mir Tipps zu geben.“ Es ist durchaus denkbar, dass einige Kollegen sehr konsequent an ihrer therapeutischen Zurückhaltung festhalten. Aber ist dieses Ausmaß an „Abstinenz“ in einer solchen Begegnung angemessen? – Auch der Sohn hatte nach einem ersten Versuch, sich das Leben zu nehmen, therapeutischen Kontakt. Nachdem er sich wieder von seinen Suizidgedanken distanziert hatte, sei die Therapie bald beendet worden. Hier wird ein nachhaltiges fachliches Dilemma deutlich, welches sich auch in den Leitlinien zur Suizidprophylaxe bei Jugendlichen abbildet: „Die Wirksamkeit spezifischer psychotherapeutischer Verfahren auf die Reduktion suizidalen Verhaltens bei Jugendlichen ist noch unzureichend untersucht.“[7] Und es ist bekannt, dass sich viele Patienten nach einem Suizidversuch allzu rasch selber von der psychotherapeutischen Nachsorge distanzieren und den Vorfall bagatellisieren. Das Risiko für den Therapeuten liegt dann darin, diese Bagatellisierung unkritisch hinzunehmen oder ihr sogar zu folgen.[8] – Aber auch die Gratwanderung der

therapeutischen Kommunikation angesichts der therapeutischen Schweigepflicht wird in ihrer letzten Konsequenz deutlich: „Ich habe weder gewusst, dass mein Kind Depressionen hat, noch dass es Suizidgedanken hatte. (…) Wahrscheinlich hätte ich Timos Tod nicht verhindern können. Vielleicht aber doch, wenn ich mehr über Depressionen gewusst und eine vernünftige Aufklärung durch die Psychologin oder die Ärzte erhalten hätte.“ Die Rechtslage ist gerade bei Heranwachsenden allerdings nicht ganz einfach:[9] Manchmal lassen sich ethische und rechtliche Aspekte in der Therapie nur schlecht miteinander vereinbaren. – Die Autorin berichtet aber schließlich auch über positive Erfahrungen, die sie bei einer neuen Therapeutin machen kann, und dass ihr die Behandlung hilft.

Das Thema Suizid hat schon seit jeher Autoren verschiedener Disziplinen zu literarischer und filmischer Beschäftigung angeregt. So spielt die Lebensverneinung etwa bei dem zweifelhaften Skeptiker Emil Cioran eine wesentliche Rolle, aber auch der letztlich lebensbejahende Albert Camus leitet seinen „Mythos des Sisyphos“ mit der Frage nach dem Suizid ein.[10] Und historisch wird das Thema literarisch oder philosophisch ohnehin nicht erst seit Goethes „Leiden des jungen Werthers“ bearbeitet – teilweise sogar durchaus idealisierend.[11] Aber auch in der konkreten therapeutischen Begegnung mit Sinnkrisen, Hoffnungslosigkeit und Verzweiflung stoßen wir häufig auch auf grundsätzliche Lebens- und Glaubensfragen, die zu einer philosophischen Reflektion anregen. Das Buch von Pam Metzeler jedoch verweigert dem Leser jede philosophische Deutung oder Verklärung der konkreten Tat: Hier wird die Härte und Aggressivität des Suizids gerade in seiner Auswirkung auf Dritte überaus spürbar. Das Buch kann uns quasi vor einer Mystifizierung des Themas warnen, indem es uns die unwiderrufliche Realität vor Augen führt – und ist schon damit durchaus ein „Buch zum Thema“ unserer aktuellen Ausgabe.

Und doch kommen dem Leser im Verlauf des Buches wieder diese grundsätzlichen Fragen in den Sinn. Denn liest man das Buch nicht nur als Psychotherapeut, sondern auch als Vater oder Mutter, so lässt sich durchaus hinterfragen, ob wir in unseren Familien den alltagsphilosophischen Fragen des Lebens noch hinreichend Raum geben, um im täglichen Miteinander die Idee eines tieferen Lebenssinnes zu kultivieren.

Verstehen wir „Mythos“ im umgangssprachlichen Sinne, dann begegnen sich im Buch auch an anderer Stelle Mythos und Rationalität: So wird deutlich, wie sehr die betroffene Mutter darum ringt, ihrem real überdeutlichen Verlust zum Trotz, mit dem Sohn in Kontakt zu bleiben. Sie hofft quasi, den Mythos von der Unsterblichkeit des Menschen auf mystischem Wege bestätigt zu bekommen, und richtet ihre Wahrnehmung entsprechend aus – so etwa mit ihrem Besuch bei einem „Medium“. Sie spürt ihren Sohn aber auch im Alltag auf – anhand seines Geruchs etwa. Die Mutter wird von unzähligen Triggern eingeholt, die in ihr Schuldgefühle, Wut und Verzweiflung, aber eben auch diese unbändige Sehnsucht nach einer Verbindung zum Kind auslösen: „Holt Timo mich bald zu sich? (…) Ich will zu meinem Kind!“ Vorübergehend münden diese Sehnsüchte in eigenen Suizidgedanken. Selbst als sehr rationaler Leser indes kann man dieses Ringen um die Beziehung zum toten Sohn nur zu gut nachvollziehen.

Auch aus unseren therapeutischen Zusammenhängen wissen wir, wie oft im Suizidversuch innere, teilweise magische Vorstellungen und rationale Elemente aufeinanderstoßen. Denn die Intentionen des Suizidanten sind mitnichten immer eindeutig: „Suizidalität ist nicht primär Ausdruck des Wunsches zu sterben. Die Notwendigkeit dazu kann sich aber als Ergebnis einer im ersteren Sinne sozusagen ‚erfolglosen‘ Suizidalität ergeben“, so der Suizidologe Thomas Bronisch.[12] Daher finden wir bei unseren Patienten neben resignativen Anteilen oft auch sogenannte fusionäre Phantasien, die sich bewusst oder unbewusst mythischer Vorstellungen bedienen und

nicht selten der suizidalen Handlung zugrunde liegen.[13] Die Sehnsucht der Mutter, durch den Tod mit ihrem Kind vereint zu sein, demonstriert dies in tragischer Weise. Aber sie findet Hilfe, durch die ihr Leben zwar nicht seine alte Unbefangenheit wiedererlangt, aber doch allmählich erlaubt, die Beziehung zu den Lebenden wieder aufzunehmen und zu gestalten. Wie sehr sie dabei auch durch den Besuch einer Selbsthilfegruppe Unterstützung findet, würdigt die Autorin wiederholt.

Ich glaube nicht, dass ich das Buch einem jugendlichen Leser empfehlen würde. Ich wäre zu unsicher, ab wann man als Heranwachsender in der Lage ist, sich in angemessener Weise der Trauer, den Schuldgefühlen und all den anderen dargestellten Empfindungen der Mutter zu stellen. Aber auf jeden Fall ist das Buch lesenswert für Psychiater, Psychotherapeuten, Pädagogen und andere Fachleute in sozialen Kontexten – also wahrscheinlich auch für Mütter und Väter. Denn das Thema ist noch immer für viele ein Tabu und sollte angesichts von rund 10.000 Suiziden im Jahr in Deutschland vermehrt in unser therapeutisches und erzieherisches Bewusstsein gerückt werden.

Dass das Buch in keinem namhaften Verlag erschienen ist, passt zu seinem Anliegen: es geht darin um keinen persönlichen, etwa materiellen oder publizistischen Gewinn. Vor diesem Hintergrund erscheint die Veröffentlichung als „Self-Publishing“ bei Books-on-Demand durchaus konsequent. „Dark Way“ ist dort 2018 als Taschenbuch erschienen und kostet 7,99 Euro.

Endnoten

1 Deutsche Depressionshilfe: https://www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe/depression-in-verschiedenen-facetten/depression-im-kindes-und-jugendalter#Suizidalit%C3%A4t. Abgerufen am 06.05.2019

2 Fuller-Thomson E., Dalton A. D.: Suicidal ideation among individuals whose parents have divorced: findings from a representative Canadian community survey. Psychiatry Res. 2011 May 15; 187 (1–2):150–5. doi: 10.1016/j.psychres.2010.12.004. Epub 2011 Jan 20.

3 Forkmann, T., T. Teismann, H. Glaesmer: Diagnostik von Suizidalität. Göttingen 2016.

4 Deutscher Presserat: https://www.presserat.de/pressekodex/pressekodex/. Abgerufen am 30.04.2019.

5 Ziegler, W., Hegerl, U.: Der Werther-Effekt Bedeutung, Mechanismen, Konsequenzen. Nervenarzt (2002) 73. https://doi.org/10.1007/s115-002-8145-y

6 Nationales Suizid Präventions Programm: https://www.suizidpraevention-deutschland.de/medienportal/materialien.html. Abgerufen am 29.04.2019.

7 Leitlinie Suizidalität im Kindes- und Jugendalter: https://www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/028-031l_S2k_Suizidalitaet_KiJu_2016-07_01.pdf. Abgerufen am 29.04.2019

8 Sonneck, G. et al. (Hrsg.): Krisenintervention und Suizidverhütung. Wien 2016.

9 Sonnenmoser, M.: Ethik in der Psychotherapie: Schweigepflicht – Unterschiedliche Auslegungen. Deutsches Ärzteblatt, PP 8, Ausgabe Februar 2009, S. 67.

10 Albert Camus: Der Mythos von Sisyphos. Ein Versuch über das Absurde. Hamburg 1995.

11 Poltrum, M.: Philosophische Aspekte der Suizidalität. Spectrum Psychiatrie (2008) 2, S. 36–37.

12 Bronisch, T., M. Frank: Narzissmus – Depression – Suizidalität. Psychotherapie 19. Jahrg. 2014, Bd S. 19–1.

13 Kind, J.: Suizidal. Die Psychoökonomie einer Suche. Göttingen 2005.

Zum Autor

Prof. Dr. **Wolfgang Eirund**, Ärztlicher Direktor, Fachklinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik, Aarstraße 17, 56368 Katzenelnbogen.

Kontakt: w.eirund@fachklinik-katzenelnbogen.de